Tạm Biệt Bệnh Trĩ Với 5 Loại Lá Xông Trĩ Hiệu Quả Luôn Có Trong Vườn Nhà

Để điều trị bệnh trĩ hiệu quả, nhiều người thường nghĩ đến việc dùng thuốc, thực phẩm chức năng, hoặc thậm chí phẫu thuật. Tuy nhiên, có một phương pháp tự nhiên mà mọi người có thể dễ dàng áp dụng tại nhà chính là xông hơi bằng các loại lá thảo dược. Những loại lá này không chỉ giúp giảm triệu chứng mà còn hỗ trợ quá trình phục hồi một cách nhẹ nhàng và an toàn. Vậy nên, trong bài viết này Vivita sẽ gợi ý **5 loại lá xông trĩ** dễ kiếm, giúp mọi người có thêm gợi ý để hỗ trợ điều trị bệnh trĩ hiệu quả nhé.

1 Lá Lốt – 1 trong 5 loại lá xông trĩ được nhiều người dùng nhất

Lá Lốt là một trong những loại thảo dược quen thuộc trong y học dân gian, nổi bật với tính ấm, vị cay, có tác dụng hỗ trợ giảm đau, kháng viêm và khử trùng. Đặc biệt, lá Lốt chứa nhiều tinh dầu, Flavonoid, Alkaloid và chất chống oxy hóa giúp hỗ trợ tăng cường hệ miễn dịch, giảm viêm nhiễm và ức chế sự phát triển của các loại vi khuẩn có hại.

Lá Lốt có nhiều công dụng trong việc hỗ trợ điều trị trĩ

Trong điều trị bệnh trĩ, lá Lốt giúp hỗ trợ giảm đau rát, giảm sưng tấy ở búi trĩ và làm dịu cảm giác khó chịu tại vùng hậu môn. Việc xông hơi bằng lá Lốt giúp tinh dầu từ lá thấm vào da, hỗ trợ làm giảm các triệu chứng khó chịu do trĩ gây ra, đồng thời còn giúp vùng hậu môn sạch sẽ, tránh nguy cơ nhiễm trùng.

Cách thực hiện:

1. Lấy khoảng 50-100g lá Lốt tươi, rửa sạch để loại bỏ hết bụi bẩn và tạp chất.
2. Cho lá Lốt vào nồi cùng 2-3 lít nước, đun sôi trong 10-15 phút để các dưỡng chất trong lá tan ra nước.
3. Sau khi đun sôi, để nước nguội bớt cho đến khi nhiệt độ khoảng 50-60°C (nước ấm), đủ để xông mà không gây bỏng da.
4. Đặt chậu nước xông ở vị trí thoải mái, sau đó ngồi hoặc đứng xông hậu môn trong 15-20 phút. Trong quá trình xông, mọi người cần chú ý giữ ấm cơ thể để tránh bị cảm lạnh.
5. Sau khi xông xong, mọi người có thể dùng nước lá Lốt đã nguội để rửa lại vùng hậu môn nhằm tăng hiệu quả làm sạch và kháng khuẩn.
6. Mọi người nên thực hiện xông hơi bằng lá Lốt 2-3 lần/tuần, đều đặn trong vài tuần sẽ thấy triệu chứng trĩ giảm đi rõ rệt.

2 Lá Diếp Cá – Mẹo trị trĩ dân gian hiệu nghiệm

Lá Diếp Cá là một loại thảo dược rất phổ biến trong y học cổ truyền, nổi bật với tính mát, vị chua, có tác dụng thanh nhiệt, giải độc, lợi tiểu và kháng viêm mạnh. Ngoài ra, lá Diếp Cá còn chứa nhiều chất xơ, Flavonoid, Alkaloid và các vitamin, đặc biệt là Vitamin C, giúp hỗ trợ tăng cường sức đề kháng và khả năng chống viêm nhiễm.

Trong điều trị bệnh trĩ, lá Diếp Cá được biết đến với khả năng hỗ trợ làm giảm sưng tấy, giảm ngứa rát và làm dịu cảm giác đau đớn do các búi trĩ gây ra. Bên cạnh đó, tính thanh nhiệt của lá Diếp Cá giúp làm mát cơ thể, loại bỏ các độc tố ra ngoài, ngăn ngừa táo bón – nguyên nhân chính gây ra và làm nặng thêm bệnh trĩ.

Cách thực hiện:

1. Chuẩn bị khoảng 100g lá Diếp Cá tươi, rửa sạch để loại bỏ bụi bẩn.
2. Cho lá Diếp Cá vào nồi, đổ thêm 2-3 lít nước và đun sôi trong 10-15 phút để các hoạt chất từ lá tan ra trong nước.
3. Khi nước sôi, để nguội bớt đến khoảng 50-60°C rồi đổ nước ra chậu nhỏ.
4. Ngồi xông hậu môn trong 15-20 phút cho đến khi nước nguội hẳn. Trong quá trình xông, tinh chất từ lá diếp cá sẽ thẩm thấu qua da, giúp giảm sưng viêm và cảm giác đau rát.
5. Sau khi xông, mọi người có thể dùng nước lá Diếp Cá để rửa nhẹ nhàng vùng hậu môn, giúp làm sạch và tăng cường tác dụng kháng viêm.
6. Để đạt hiệu quả tốt nhất, mọi người nên thực hiện xông bằng lá Diếp Cá 3-4 lần/tuần. Ngoài ra, người bệnh có thể kết hợp uống nước ép Diếp Cá hoặc ăn sống để tăng cường sức khỏe tổng thể và hỗ trợ điều trị trĩ từ bên trong.

Xông hơi bằng lá Diếp Cá hỗ trợ trị trĩ hiệu quả

3Lá Ngải Cứu – Giải pháp khiến trĩ biến mất

Ngải Cứu là một loại thảo dược quen thuộc trong các bài thuốc dân gian, đặc biệt trong việc hỗ trợ điều trị các bệnh liên quan đến kinh nguyệt, đau nhức và viêm nhiễm. Lá Ngải Cứu có tính ấm, vị đắng, có tác dụng cầm máu, kháng viêm, giảm đau và kích thích tuần hoàn máu.

Ngoài ra, các hoạt chất trong lá Ngải Cứu như Flavonoid và tinh dầu, có khả năng hỗ trợ làm se nhỏ búi trĩ, giảm sưng đau và ngăn ngừa viêm nhiễm hiệu quả. Vậy nên, việc xông hơi bằng lá Ngải Cứu giúp hỗ trợ kích thích lưu thông máu tại vùng hậu môn, giảm thiểu tình trạng tắc nghẽn máu tại các búi trĩ, từ đó làm giảm kích thước của búi trĩ và giảm đau đớn.

Cách thực hiện:

1. Lấy khoảng 50-100g lá Ngải Cứu tươi, rửa sạch.
2. Cho lá Ngải Cứu vào nồi, đổ thêm 2-3 lít nước và đun sôi trong 10 phút để các tinh chất từ lá tan vào nước.
3. Sau khi nước sôi, đổ nước ra chậu nhỏ và để nguội bớt đến khoảng 50-60°C.

4. Ngồi xông hơi hậu môn trong khoảng 15-20 phút cho đến khi nước nguội hẳn. Trong quá trình xông, cần giữ ấm cơ thể và tránh gió lùa để không bị cảm lạnh.
5. Sau khi xông xong, mọi người có thể dùng nước lá Ngải Cứu để rửa nhẹ nhàng vùng hậu môn nhằm tăng cường hiệu quả kháng khuẩn và chống viêm.
6. Thực hiện xông bằng lá Ngải Cứu đều đặn 2-3 lần/tuần để giảm triệu chứng trĩ. Ngoài ra, lá Ngải Cứu cũng có thể được sử dụng dưới dạng thuốc đắp hoặc uống để hỗ trợ điều trị bệnh trĩ từ bên trong.

Hỗ trợ cải thiện các triệu chứng của bệnh trĩ nhờ xông với lá Ngải Cứu

4Lá Trầu Không – Khắc tinh của bệnh trĩ

Lá Trầu Không là một loại thảo dược có tính ấm, vị cay nồng, nổi tiếng với khả năng hỗ trợ kháng khuẩn, kháng viêm, và sát trùng mạnh. Trong y học cổ truyền, lá Trầu Không thường được sử dụng để hỗ trợ điều trị các bệnh nhiễm trùng, viêm loét và đau nhức.

Ngoài ra, các hoạt chất trong lá Trầu Không như Polyphenol, Chavicol và Cineol, có tác dụng diệt khuẩn, làm se nhỏ các mô sưng tấy và giảm thiểu tình trạng nhiễm trùng.

Đối với bệnh trĩ, lá Trầu Không giúp hỗ trợ ngăn ngừa sự phát triển của vi khuẩn, giảm sưng đau và giúp búi trĩ co lại. Ngoài ra, xông hơi bằng lá trầu không còn giúp kích thích tuần hoàn máu và làm sạch vùng hậu môn, ngăn ngừa các biến chứng có thể xảy ra do trĩ.

Cách thực hiện:

1. Chuẩn bị khoảng 10-15 lá Trầu Không, rửa sạch để loại bỏ bụi bẩn.
2. Cho lá Trầu Không vào nồi, đổ thêm 2 lít nước và đun sôi trong 10-15 phút để các tinh chất từ lá tan vào nước.
3. Sau khi nước sôi, để nguội bớt đến khi nhiệt độ còn khoảng 50-60°C rồi đổ nước ra chậu nhỏ.
4. Ngồi xông hậu môn trong 15-20 phút cho đến khi nước nguội hẳn. Trong quá trình xông, tinh chất từ lá Trầu Không sẽ thẩm thấu qua da, giúp giảm sưng viêm và ngăn ngừa nhiễm trùng.
5. Sau khi xông, mọi người có thể dùng nước lá Trầu Không để rửa nhẹ nhàng vùng hậu môn, giúp tăng cường hiệu quả làm sạch và kháng khuẩn.
6. Thực hiện xông bằng lá Trầu Không đều đặn 2-3 lần/tuần, duy trì trong vài tuần để thấy sự cải thiện rõ rệt. Bên cạnh đó, lá trầu không cũng có thể được dùng để đắp trực tiếp lên vùng trĩ sau khi đã giã nát và pha với một chút muối để tăng cường tác dụng.

Hỗ trợ điều trị bệnh trĩ hiệu quả với lá Trầu Không

5Lá Cúc Tần – Bạn đồng hành đáng tin của người bị trĩ

Cúc Tần là một loại cây thảo dược có tính mát, vị đắng nhẹ, thường được sử dụng để thanh nhiệt, giải độc và giảm đau. Lá Cúc Tần chứa nhiều hoạt chất tốt cho sức khoẻ như Flavonoid, Tanin và các loại vitamin,… giúp hỗ trợ kháng viêm, chống oxy hóa và tăng cường sức đề kháng rất tốt.

Trong điều trị bệnh trĩ, lá Cúc Tần có tác dụng hỗ trợ làm giảm sưng tấy, giảm đau rát và ngứa ngáy do trĩ gây ra. Đồng thời, việc xông hơi bằng lá Cúc Tần giúp làm sạch vùng hậu môn, ngăn ngừa viêm nhiễm và kích thích lưu thông máu, giúp làm se nhỏ búi trĩ.

Cách thực hiện:

1. Lấy khoảng 50-100g lá Cúc Tần tươi, rửa sạch.
2. Cho lá Cúc Tần vào nồi, đổ thêm 2-3 lít nước và đun sôi trong 10-15 phút để các tinh chất từ lá tan vào nước.
3. Sau khi nước sôi, để nguội bớt đến khoảng 50-60°C rồi đổ nước ra chậu nhỏ.
4. Ngồi xông hậu môn trong 15-20 phút cho đến khi nước nguội hẳn. Trong quá trình xông, các hoạt chất trong lá Cúc Tần sẽ thẩm thấu qua da, giúp giảm viêm nhiễm và làm dịu các triệu chứng khó chịu của trĩ.
5. Sau khi xông, người bệnh có thể dùng nước lá Cúc Tần để rửa nhẹ nhàng vùng hậu môn, tăng cường tác dụng kháng khuẩn và làm sạch.
6. Thực hiện xông bằng lá Cúc Tần đều đặn 2-3 lần/tuần để đạt hiệu quả tốt nhất. Ngoài ra, người bệnh có thể kết hợp uống nước lá Cúc Tần để tăng cường sức khỏe và hỗ trợ điều trị trĩ từ bên trong.

Hỗ trợ cải thiện tình trạng bệnh trĩ với việc xông hơi cùng lá Cúc Tần

6 Xông trĩ tại nhà cần lưu ý gì?

Để đảm bảo an toàn và hiệu quả khi áp dụng phương pháp xông trĩ tại nhà, mọi người cần lưu ý một số vấn đề sau đây:

6.1 Vệ sinh

Trước khi xông trĩ, mọi người cần đảm bảo vệ sinh sạch sẽ vùng hậu môn và các dụng cụ sử dụng để xông, như chậu đựng nước. Việc vệ sinh kỹ lưỡng sẽ giúp ngăn ngừa nhiễm trùng và tối ưu hóa hiệu quả điều trị. Sau khi xông, mọi người cũng cần rửa lại vùng hậu môn bằng nước sạch để loại bỏ hoàn toàn cặn bã và vi khuẩn.

6.2 Thời gian

Mỗi lần xông hơi hậu môn chỉ nên kéo dài từ 15-20 phút. Thời gian này đủ để các tinh chất từ thảo dược thẩm thấu qua da và phát huy tác dụng, đồng thời không nên xông quá lâu để tránh gây khô da hoặc kích ứng.

Thời gian xông hậu môn không nên quá lâu để tránh gây kích ứng da

6.3 Nhiệt độ

Nước xông không nên quá nóng, lý tưởng là ở mức 50-60°C. Nước quá nóng có thể gây bỏng và tổn thương da vùng hậu môn, trong khi nước quá nguội sẽ giảm hiệu quả của thảo dược.

6.4 Tần suất

Xông trĩ nên được thực hiện đều đặn 2-3 lần/tuần để đảm bảo các triệu chứng được cải thiện. Việc xông quá thường xuyên hoặc quá ít đều không tốt, vì có thể làm giảm hiệu quả điều trị hoặc làm tổn thương da.

6.5 Trĩ độ mấy phù hợp? Độ mấy không phù hợp?

Trĩ độ 1 và độ 2 là giai đoạn sớm và trung bình của bệnh trĩ, khi các búi trĩ còn nhỏ và ít gây biến chứng nghiêm trọng. Ở các giai đoạn này, việc xông trĩ tại nhà có thể mang lại hiệu quả tốt trong việc giúp giảm sưng, đau, ngứa và hỗ trợ co búi trĩ.

Còn trường hợp trĩ độ 3 và độ 4 là giai đoạn nặng, khi các búi trĩ đã lớn, sa ra ngoài và không thể tự co lại, thường gây đau đớn và chảy máu nhiều. Trong các giai đoạn này, xông trĩ có thể không mang lại hiệu quả đáng kể và thậm chí có thể làm nặng thêm tình trạng nếu không cẩn thận. Vậy nên, người bệnh cần tham khảo ý kiến bác sĩ trước khi tự xông trĩ tại nhà và có thể cần phẫu thuật hoặc điều trị chuyên sâu hơn.

6.6 Kết hợp thuốc uống/bôi để tăng hiệu quả

Để tăng cường hiệu quả điều trị, mọi người có thể kết hợp sử dụng các sản phẩm thuốc uống và thuốc bôi chuyên dụng. Những sản phẩm này thường có tác dụng giảm sưng, kháng viêm, giảm đau và hỗ trợ co búi trĩ.

Dưới đây là một số sản phẩm hỗ trợ điều trị bệnh trĩ đang được nhiều người tin dùng tại Vivita mà mọi người có thể tham khảo:

6.6.1 Kem bôi trĩ Đông y Pandora

Thành phần: Trong **kem bôi Pandora** có chứa các thành phần như:

- Purified Water
- Propanediol
- PEG-40 Hydrogenated Castor Oil
- Acrylates/C10-30 Alkyl Acrylate Crosspolymer
- Niacinamide
- Curcumin
- Dipotassium Glycyrrhizinate
- Tocopheryl Acetate
- Melaleuca Alternifolia Essential Oil (Tinh dầu Tràm Trà)
- Phenoxyethanol
- Ethylhexylglycerin
- Potassium Hydroxide
- Tropaeolum Majus Flower/Leaf/Stem Extract
- Dipotassium Glycyrrhizinate

Công dụng:

- Hỗ trợ làm mềm, ẩm da vùng hậu môn để tránh bị khô rát, nứt nẻ do bị trĩ.
- Hỗ trợ hạn chế sự phát triển vi khuẩn ở hậu môn, phòng ngừa bệnh trĩ.

*Lưu ý: Sản phẩm này không phải là thuốc không có tác dụng thuốc trị bệnh. Hiệu quả sản phẩm còn phụ thuộc vào tình trạng cơ địa của mỗi người.

Giá tham khảo tại Vivita: 790.000đ/Tuýp 30g

Kem bôi trĩ Pandora

6.6.2 Viên uống Công Trĩ Vương

Thành phần: Trong mỗi **viên uống Công Trĩ Vương** có chứa:

- Địa Du
- Hòe Giác
- Hoàng Cầm
- Địa Hoàng
- Đại Hoàng
- Đương Quy
- …

Công dụng:

- Hỗ trợ điều trị các vấn đề liên quan tới bệnh trĩ từ trĩ nội, trĩ ngoại, trĩ lâu năm.

- Hỗ trợ cải thiện các triệu chứng do trĩ gây ra như đại tiện ra máu, trĩ bị viêm sưng, búi trĩ không rút…
- Hỗ trợ nhuận trạng, hạn chế táo bón, nguyên nhân hàng đầu gây ra bệnh trĩ.

*Lưu ý: Sản phẩm này không phải là thuốc không có tác dụng thuốc trị bệnh. Hiệu quả sản phẩm còn phụ thuộc vào tình trạng cơ địa của mỗi người.

Giá tham khảo tại Vivita: 250.000đ/Hộp 200 – 300 viên

Viên uống Công Trĩ Vương

XEM SẢN PHẨM
Mua Vitamin Đến Vivita

6.6.3 Viên uống Venpoten

Thành phần: Trong mỗi **viên uống Venpoten** có chứa Rutin, Chiết xuất từ Horse Chestnut

Công dụng:

- Hỗ trợ cải thiện tình trạng mạch máu yếu, dễ vỡ, tăng trương lực tĩnh mạch, củng cố sức bền thành mạch, phòng ngừa bệnh trĩ.
- Hỗ trợ phòng tránh và điều trị một số hội chứng giãn tĩnh mạch chân như: đau, sưng phù, ngứa ngáy ở chân.

*Lưu ý: Sản phẩm này không phải là thuốc không có tác dụng thuốc trị bệnh. Hiệu quả sản phẩm còn phụ thuộc vào tình trạng cơ địa của mỗi người.

Giá tham khảo tại Vivita: 198.000đ/Hộp 30 viên.

Viên uống Venpoten

7 Kết luận

Trên đây là gợi ý về **5 loại lá xông trĩ** dễ kiếm, an toàn và hiệu quả khi thực hiện mà những người đang bị trĩ có thể tham khảo và áp dụng. Ngoài ra, nếu khách hàng cần tư vấn thêm về sản phẩm thuốc, TPCN hỗ trợ điều trị trĩ hiệu quả, có thể liên hệ với nhà thuốc **Vivita** để đội ngũ dược sĩ tại đây giải đáp tận tình.

Hân hạnh được phục vụ!

Nguồn: https://vivita.vn/bai-viet/5-loai-la-xong-tri-hieu-qua.html